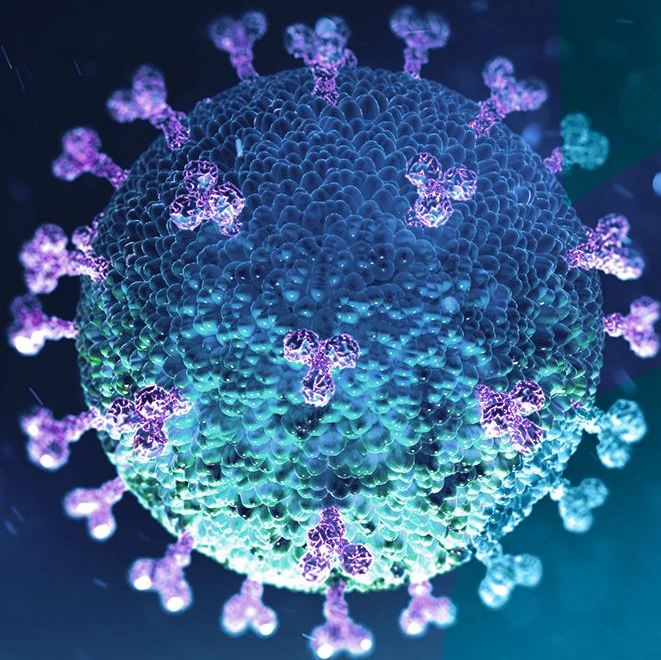




Versión 2  
Actualizada a 31/05/2020



antea  
PREVENCIÓN

# GUÍA COVID- 19 GRADUADOS SOCIALES



CONSEJO GENERAL  
DE GRADUADOS SOCIALES  
DE ESPAÑA

# Presentación



CONSEJO GENERAL  
DE GRADUADOS SOCIALES  
DE ESPAÑA

**antea**  
PREVENCIÓN

Como sabes, este Consejo General de Graduados Sociales de España a través de su Comisión de Prevención de Riesgos Laborales y en colaboración con la empresa ANTEA PREVENCIÓN han elaborado una GUÍA destinada a todos los Graduados Sociales.

Esta guía aborda de forma sencilla los hitos por los que nuestro colectivo, como profesionales comprometidos, nos estamos enfrentando diariamente en nuestros despachos a lo largo de esta delicada crisis sanitaria que está viviendo España a causa del COVID-19.

Un texto que hace un recorrido generalista y también pormenorizado de aquellos criterios de seguridad que deberemos poner en marcha para recibir a nuestros clientes en los despachos, y que pretende tener en cuenta la implementación de las Fases de Desescalada en todo el territorio nacional.

Una guía VIVA y ABIERTA en un doble sentido:

- VIVA por el propio PDF con enlaces oficiales que se abren automáticamente para que el usuario pueda ampliar información.
- ABIERTA a sugerencias acordes a la evolución normativa sanitaria-preventiva que se vaya produciendo en el transcurso de la pandemia.

En base a lo anterior, te presenta esta nueva versión y espero que sea una herramienta que te sirva para volver a la “nueva normalidad” en nuestra profesión, y te ayude en el día a día en el asesoramiento jurídico de tus clientes a la hora de atenderlos con las medidas correspondientes y puedas también utilizarla en el asesoramiento que proporcionas a muchos clientes que estén en una situación similar por sus respectivos negocios.

Aprovecho la ocasión para enviarte mucho ánimo y desearte mucha salud para que nuestro trabajo se haga con las mayores de las garantías posibles y salgamos todos reforzados.

Recibe un abrazo,



Ricardo Gabaldón Gabaldón

Presidente del Consejo General Graduados Sociales España

Coordinación Guía:

Antonio Berzal Andrade. Graduado Social, miembro de la Comisión de Prevención de Riesgos Laborales y Vigilancia de la Salud del CGCOGSE.

Rafael Ruiz Calatrava. Graduado Social, miembro de la Comisión de Prevención de Riesgos Laborales y Vigilancia de la Salud del CGCOGSE.

Ignacio Rosat Aced. Graduado Social, miembro de la Comisión de Prevención de Riesgos Laborales y Vigilancia de la Salud del CGCOGSE.

1. **Información General sobre el SARS-CoV-2**
2. **Medidas Preventivas dirigidas a la Prevención y el Control**
  1. Higiene Personal
  2. Etiqueta Respiratoria
  3. Medidas Generales
3. **Medidas de Seguridad según fases de la Jornada Laboral**
  1. En el Desplazamiento al Trabajo
  2. En la entrada al Trabajo
  3. Pausas y Descansos
  4. A la Salida al Trabajo
4. **Medidas de Seguridad para NUESTRA ACTIVIDAD**
  1. Teletrabajo // Cuestionario Autoevaluación
  2. Trabajo sin Atención a clientes
  3. Trabajo con Atención a clientes
5. **¿Qué hacer con...?**
6. **Protocolo de de Limpieza**
7. **En el ámbito social** **NUEVO**
8. **Cartelería e Infografía**





# 1/ INFORMACIÓN GENERAL SARS-CoV-2

**antea**  
PREVENCIÓN

# 1/ ¿Qué es el CORONAVIRUS SARS-COV-2?cc

## Medidas de etiqueta respiratoria:

El coronavirus SARS-CoV-2 es un virus nuevo, desconocido anteriormente en la patología humana, que pertenece a la familia Coronaviridae. El reservorio de estos virus es animal y algunos coronavirus tienen la capacidad de transmitirse a las personas. Se piensa que los primeros casos humanos se debieron al contacto con un animal infectado [Más información](#)

## ¿Cómo SE TRANSMITE?:

De persona a persona se transmite por vía respiratoria a través de las gotas respiratorias de más de 5 micras, cuando el enfermo presenta sintomatología respiratoria (tos y estornudos) y contacto con fómites. El periodo de incubación puede variar entre 2 y 14 días. Estas gotas pueden caer sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden infectarse si tocan esos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca.. [Más información](#)

## ¿Cuáles son sus síntomas?:

Los principales son la tos, fiebre y Dificultad respiratoria. Otros síntomas: Odinofagia, anosmia, ageusia, dolores musculares, diarreas, dolor torácico o cefaleas. [Más información](#) Si presenta alguno de estos síntomas, el trabajador deberá dirigirse a su domicilio inmediatamente y llamar al teléfono de atención especializada del coronavirus de cada CCAA. [Más información](#)

## ¿Cuál es el personal especialmente sensible?

Se consideran PERSONAS ESPECIALMENTE SENSIBLES aquellas que sufran patología que pudieran verse agravadas por el CO-VID-19, en base a las recomendaciones dadas por el Ministerio de Sanidad, personas con **personas con enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión, enfermedad pulmonar crónica, diabetes, insuficiencia renal crónica, inmunodepresión, cáncer en fase de tratamiento activo, enfermedad hepática crónica severa, obesidad mórbida (IMC>40), embarazo y mayores de 60 años.**

## INFORMACIÓN GENERAL BÁSICA PARA LA CIUDADANÍA

El Ministerio de Sanidad en su Web  
[Más información.](#)



The background image shows two individuals in full white protective suits, including hoods, face shields, and gloves. They are both wearing white N95-style masks. They are looking down at a clipboard held by the person on the left, with the person on the right pointing at it. The scene is set against a light blue background with large, overlapping blue circles on the right side.

# 2/ MEDIDAS PREVENTIVAS Prevención y Control

**antea**  
PREVENCIÓN

## 2/ Medidas Preventivas dirigidas a la Prevención y el Control



CONSEJO GENERAL  
DE GRADUADOS SOCIALES  
DE ESPAÑA

**antea**  
PREVENCIÓN

### 2.1 Higiene Personal.

Reforzar las medidas de higiene personal en todos los ámbitos de trabajo y frente a cualquier escenario de exposición. **Se recomienda:**

- La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección. Se deben lavar con frecuencia.
- La limpieza de manos se efectuará preferentemente con agua y jabón, pues los productos con base alcohólica pueden llegar a provocar irritación.

#### Se deben lavar siempre las manos:

- Antes y después de entrar en contacto con un usuario.
- Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
- Después del contacto con alguien que estornuda o toser
- Después de utilizar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
- Antes de comer
- Las uñas deben llevarse cortas
- Antes y después de entrar en contacto con un usuario
- Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
- Después del contacto con alguien que estornuda o toser
- Después de utilizar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
- Antes de comer
- Si usas lentes de contacto, siga las indicaciones de un profesional de la visión (óptico-optometrista).



#### Otras Medidas de Higiene:

- Recoger el cabello largo en una **coleta o moño bajo**
- Las uñas deben llevarse cortas
- Se recomienda **retirar el maquillaje u otros productos cosméticos** que puedan ser fuente de exposición prolongada en caso de resultar contaminados
- **Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca** ya que las manos facilitan su transmisión

### RECOMENDACIONES

Para el Lavado y desinfección de manos siga los pasos que se detallan en la siguiente Infografía

[Más información.](#)



## 2/ Medidas Preventivas dirigidas a la Prevención y el Control

### 2.2 Etiqueta respiratoria.

#### Medidas de etiqueta respiratoria:

- Si tiene síntomas respiratorios debe **cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable** y tirarlo en un contenedor de basura.
- Si no se tiene pañuelo de papel debe toser o estornudar sobre su brazo en el ángulo interno del codo, con el propósito de no contaminar las manos.
- Si sufre un acceso de tos inesperado y se cubre accidentalmente con la mano, **evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.**
- Toda persona con síntomas respiratorios debe lavarse frecuentemente las manos porque accidentalmente puede tener contacto con secreciones o superficies contaminadas con secreciones.
- **Lavarse las manos** con agua y jabón, o con solución a base de alcohol, protege de igual forma y debe realizarse después de estar en contacto con secreciones respiratorias y objetos o materiales contaminados.



## 2/ Medidas Preventivas dirigidas a la Prevención y el Control

### 2.3 Medidas generales.

#### Informar sobre otras medidas generales de prevención:

- No compartir objetos.
- Ventilar frecuentemente dependencias.
- **Ampliar espacio entre usuario y usuario** en los procesos de atención directa a más de dos metros.
- Mantener una distancia social entre personas de 2 metros
- Orden y limpieza de las superficies de trabajo.
- No saludar dando la mano, abrazos o besos en el entorno laboral.
- Para facilitar la correcta higiene de manos se aconseja tener las uñas cortas y cuidadas, **evitando el uso de anillos, pulseras, relojes** de muñeca u otros adornos.



# 3/ MEDIDAS DE SEGURIDAD

Fases de la  
Jornada Laboral



**antea**  
PREVENCIÓN

## 3/ Medidas de seguridad según las fases de la Jornada laboral

### 3.1 En el desplazamiento al trabajo.

**NUEVO**

Siempre que puedas, utiliza las opciones de movilidad que mejor garanticen la **distancia interpersonal de aproximadamente 2 metros**.

- Si vas al trabajo **en moto** solo no es necesario que lleves mascarilla (además del casco). Si llevas pasajero se debe llevar casco integral con visera, salvo si se reside en el mismo domicilio o **usar mascarilla conductor y pasajero**.
- Si **vas** andando es obligatorio el uso de mascarilla al transitar por la vía pública (nuevo)
- Guarda la distancia interpersonal cuando vayas caminando por la calle.
- Si te tienes que desplazar **en un turismo**, tanto propio o de la empresa, extrema las medidas de limpieza del vehículo y evita que viaje más de dos persona por cada fila de asientos manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes y usando mascarilla, salvo que se resida en el mismo domicilio que podrán viajar tantas personas como plazas hasta nueve plazas
- Si coges **un taxi o un VTC**, pueden viajar dos persona por cada fila de asientos distinta a la del conductor manteniendo la mayor distancia posible entre los ocupantes y usando mascarilla, salvo que se resida en el mismo domicilio que podrán viajar hasta nueve plazas un pasajero en cada plaza por cada fila de asientos distinta del conductor.
- En los viajes **en autobús**, en transporte público o autobús de la empresa, metro o tren, guarda la distancia de seguridad con tus compañeros de viaje. En el caso de los autobuses públicos, el conductor velará porque se controle el aforo y se respete la distancia interpersonal. Es obligatorio usar una mascarilla higiénica si vas en transporte público.

### 3.2 En la entrada al trabajo.

- No se debe saludar dando la mano, abrazos o similar
- Antes de entrar en el CENTRO DE TRABAJO, deben lavarse las manos y ponerse los guantes y la mascarilla. (en su caso)

### INFORMACIÓN GENERAL RECOMENDADA

[Más información](#)

antea  
PREVENCIÓN



## 3/ Medidas de seguridad según las fases de la Jornada laboral

### 3.3 Pausas y descanso.

- Deben limpiarse las manos frecuentemente con agua, jabón, durante 40 segundos.
- Se colaborará en mantener limpios los aseos y las zonas comunes
- Se evitará beber en fuentes directamente, salvo que se utilicen recipientes individuales o vasos desechables.
- No compartir vasos, botellas y cubiertos con los compañeros.
- **No agruparse** formando *corrillos*.
- No abandonar el lugar de trabajo
- Respetar el aforo de las instalaciones de bienestar

### 3.4 A la salida del trabajo.

- Se deberán dejar limpios los equipos de trabajo para el próximo día.
- Se deberá **desinfectar el vehículo tras cada uso**, especialmente tiradores, palanca de cambio, volante, etc., utilizando gel hidroalcohólico u otros desinfectantes, de acuerdo con las indicaciones de la autoridad sanitaria, esta medida es importante si el vehículo es de uso familiar.
- Se deberá ir **directamente al baño de casa, quitarse la ropa de trabajo y meterla en una bolsa independiente hasta su posterior lavado**, los zapatos se deben quitar nada más entrar en casa y dejarlos cerca de la puerta.
- Se lavará la ropa utilizando **la lavadora mediante programas largos, con agua caliente y evitando cargar en exceso**.
- Desinfecta con gel hidroalcohólico llaves, móviles, y otros accesorios que hayas llevado puesto.

## INFORMACIÓN GENERAL RECOMENDADA

[Más información](#)



# 4/ MEDIDAS DE SEGURIDAD En nuestra Actividad



**antea**  
PREVENCIÓN

## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad



### 4.1 Teletrabajo/Cuestionario Autoevaluación.

Se adoptará de forma preferente **la modalidad de teletrabajo** en aquellos puestos en los que sea factible dicha modalidad.

Los trabajadores en situación de teletrabajo deben mantener el mismo nivel de protección y cumplir con las medidas preventivas establecidas en el centro de trabajo. Para ello es necesario adecuar el lugar donde se va a trabajar y atender a las siguientes recomendaciones preventivas:

#### Espacio de trabajo:

- La superficie de trabajo será suficientemente amplia, lisa y mate. Debe haber sitio para introducir las piernas, que llegarán al suelo o descansarán en un reposapiés.
- El espacio de trabajo permitirá situar con comodidad todos los elementos necesarios para el trabajo.
- La silla será acolchada, estable y con la altura adecuada para que los codos queden a la altura de la mesa o superficie de trabajo. Tendrá apoyo lumbar y el borde donde descansan las piernas será redondeado.

- El **entorno de trabajo estará bien iluminado**, preferentemente con iluminación general. Si ésta no es suficiente, se complementará con iluminación localizada. Se recomienda que la luz incide preferentemente de lado y nunca desde el frente o la retaguardia para evitar reflejos en la pantalla..
- Se evitará lugares ruidosos, zonas de paso o espacios donde haya otras personas que por su actividad o comportamiento dificulten mantener la concentración necesaria para trabajar.
- Debe mantenerse una **temperatura y humedad dentro de los límites de confort**.

### RECOMENDACIONES

[Más información](#)



## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad



### 4.1 Teletrabajo//Cuestionario Autoevaluación.

#### Equipo de trabajo:

- La parte superior de la pantalla debe quedar al menos a 40 cm de distancia y a la altura de los ojos o ligeramente por debajo. Si se trabaja con ordenador portátil, esto supone que habrá que elevarlo.
- El teclado deberá ser inclinable e independiente de la pantalla. Delante del teclado, habrá espacio suficiente para apoyar en la mesa brazos y manos.
- Será preferible el **uso de ratón** frente a los dispositivos señaladores integrados en los ordenadores portátiles.

#### Organización del trabajo:

**El teletrabajo no es trabajo en aislamiento.** Debe preverse un canal de comunicación ágil con el resto de compañeros y reuniones periódicas, por videoconferencia si es necesario. Debe realizarse las pequeñas pausas necesarias para cambiar de postura y evitar la fatiga visual.

- Es necesario hacer una buena gestión del tiempo de trabajo para mantener un ritmo que mínimice la fatiga mental.
- Se pasará a teletrabajo ininterrumpido de forma preferente a aquellos trabajadores sensibles por factores de riesgo.

➤ **Ponemos** a su disposición el Cuestionario de Auto evaluación que el trabajador de forma voluntaria puede aplicar en su puesto de trabajo en su domicilio.



**TELETRABAJO AUTOEVALUACIÓN.pdf**

[Más información](#)

## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad

### 4.2 Trabajo sin atención a Clientes.

#### En el trabajo:

- Se mantendrá la distancia entre trabajadores de 2 m, redistribuyendo los puestos o espaciándolos en caso necesario
- Si no es posible mantener la distancia de 2 m, deberá instalarse pantallas de metacrilato (rígidas, fijas y de fácil limpieza)
- Si no es posible mantener la distancia de 2 m ni instalarse pantallas deberá emplearse mascarilla
- Se establecerán horarios y zonas específicas para la recepción de materiales o mercancías, y entrada a zonas de almacenamiento.
- Se evitará permanecer en zonas comunes, salas de reuniones, pasillos, recepción.

**NUEVO**

#### En las reuniones:

- Se deberá **limitar al máximo las reuniones de trabajadores**, las reuniones se podrán realizar por teleconferencia o se impartirán instrucciones mediante medios telemáticos. Se reducirá al máximo las visitas a clientes particulares. Se limitará al máximo las reuniones, limitándose éstas a medios telemáticos o audiovisuales

#### Material higiénico necesario:

- Se asegurará la existencia de jabón y seca-manos desechable en todos los aseos
- Se procurará dotar de **gel desinfectante hidroalcohólico en dispensador**, como complemento para facilitar la higiene de manos frecuente, aunque recordamos que si las manos están sucias el procedimiento adecuado será el lavado con agua y jabón, no la solución hidroalcohólica.
- Dichos dispensadores se colocarán en espacios de entrada y atención al público y en torno a los puestos de trabajo
- En las dependencias de los centros de trabajo en los que no se dispone de aseos/cuartos de baño, se deberá proveer de solución hidroalcohólica en gel para lavado de manos.
- Se instalarán papeleras para el desecho de pañuelos, guantes, etc. al ser posible provistas de tapa y pedal.



## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad



### 4.3 Trabajo con atención a Clientes

Se seguirán las instrucciones dadas en el apartado TRABAJO SIN ATENCIÓN A CLIENTES, además de tener en cuenta las siguientes:

#### Aforo:

Se deberá cumplir con las disposiciones del Ministerio en cuanto al aforo para cada fase de desescalada. En todo caso el aforo del local será **aquel que permita el mantenimiento de la distancia de seguridad de 2 metros entre personas**, salvo que se instalen barreras físicas de separación de puestos de trabajo mediante pantallas de metacrilato (fijas, rígidas y de fácil limpieza). En estas pantallas cuando sirvan para separar zonas de trabajos, se deberá colocar señalización a la altura de los ojos en prevención de golpes

#### Distancia de seguridad con Clientes:

- Se preverá un aforo que permita el mantenimiento de la **distancia de seguridad** entre clientes y/ o trabajadores.
- Si se realiza la citación individual de clientes, se informará de la hora y se solicitará al cliente que acuda a su hora y no antes.
- Las citas se preverán con margen de tiempo suficiente para la gestión e imprevistos.
- Recomendar no acudir con acompañantes ni niños pequeños que no vayan a realizarse servicios.
- Se reservará una **franja horaria reservada** al personal mayor de 65 años cliente
- Los datos de contacto del cliente y la hora de entrada / salida están documentados con su consentimiento para que se pueda **rastrear cualquier cadena de infección**.
- Se recomienda no habilitar salas de espera, si se hace uso de ellas se mantendrá distancia de 2 metros entre personas y se seguirá la regla "una silla sí dos no".
- Se retirará de **las salas de espera** fuentes de agua, así como plantas, revistas, periódicos, etc
- En puestos de atención al público se mantendrán las siguientes distancia:
  - 1 metro si se usa barrera física de separación (pantallas)
  - 2 metros si no se usa barrera de separación.
- Se atenderá **un cliente por cada trabajador**, y en el caso de atender a varios clientes deberá delimitarse mediante barreras y señalización las zonas y la distancia de seguridad. Se colocará cartelería advirtiendo de este hecho.
- Se recomienda facilitar en la medida de lo posible mascarilla quirúrgica al cliente si no la trae consigo el mismo.
- El Uso de mascarilla será obligatorio en todos los espacios cerrados abiertos al público, Se deberá facilitar mascarilla quirúrgica al cliente si no la trae consigo el mismo.

## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad



### 4.3 Trabajo con atención a Clientes.

#### Durante la atención al Cliente:



- Se reducirá al mínimo imprescindible el número de personas que realizan tareas de atención al público.  
Se evitará la manipulación de documentos en soporte papel, instando al cliente a su aportación vía telemática de forma preferente
- En caso de manipulación de documentos en papel deberá procederse a la desinfección de manos después de cada manipulación, o bien al empleo de guantes.
- La entrega de documentación se realizará sin contacto entre el trabajador y la persona usuaria, evitando las entregas de documentos "mano a mano"
- En caso de manipulación de documentos en papel deberá seguirse el siguiente procedimiento:
- Procedimiento de trabajo: cuando la persona usuaria se acerque a la persona trabajadora para entregar la documentación, ésta le indicará donde tiene que depositarla y retirarse a la distancia de seguridad marcada en el suelo. Una vez que la persona usuaria se encuentra a la distancia de seguridad, la persona trabajadora recogerá la documentación procediendo a su examen, escaneo o archivo.

#### Desplazamientos por trabajo a Clientes:

- Se procurará **mantener la distancia de seguridad de 2 metros con otras personas.**
- En caso de no poder mantener la distancia de seguridad de 2 m deberá hacerse uso de mascarilla FFP2.
- Se proveerá al trabajador de gel desinfectante portátil
- En la realización de las visitas se llevará el material estrictamente necesario para la misma y se evitará depositarlo sobre superficies.
- A la salida del cliente deberá procederse a la desinfección de todo el material empleado en la visita, así como partes susceptibles del vehículo utilizado tales como volante, palanca de cambios y asiento.



## 4/ Medidas de Seguridad en nuestra Actividad

### 4.3 Trabajo con atención a Clientes.

#### Cobro de servicios:

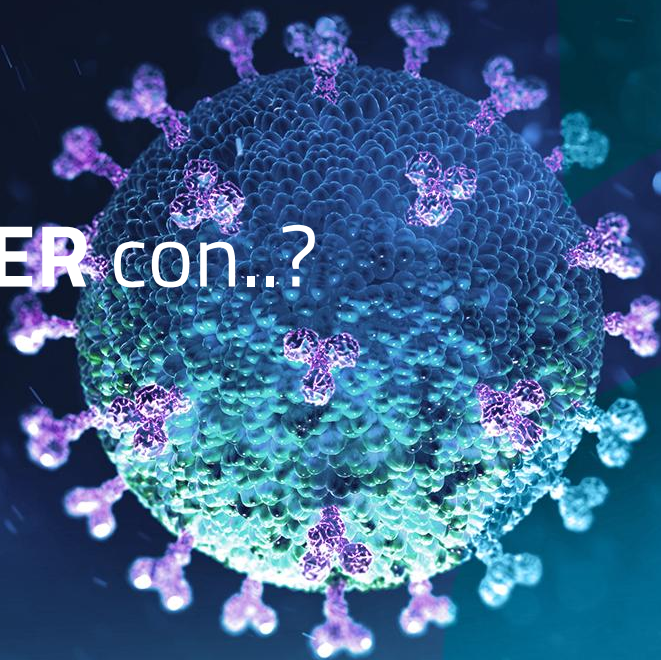
- Se señalará el cobro preferente por **medios telemáticos, datáfono, móvil, reloj, etc**, evitando en lo posible la manipulación de dinero.
- El cobro que se haga en efectivo se hará con el uso de guantes.

#### Personal de limpieza en el trabajo:

- 
- Se evitará el contacto directo con usuarios de las instalaciones (internos o externos), a no menos de 2 metros de distancia.
  - Se procurará realizar las tareas de limpieza sin la presencia de trabajadores y/o usuarios, para ello el centro programará dichas actividades en la medida de lo posible a horas de no actividad
  - En el caso de realización de tareas de limpieza en horario de presencia de trabajadores y/o usuarios, se deberá señalar y acotar aquellas zonas en las que se este realizando tareas de limpieza, así como en aseos, mediante cartel de zona en limpieza no pasar, y de advertencia de suelo mojado.
  - Se hará uso de mascarilla y guantes al ser personal de Exposición de bajo riesgo
  - En la limpieza de zonas en las que haya estado en contacto un caso posible o confirmado de covid 19 deberá utilizarse además pantalla facial o gafas de montura integral y bata impermeable
  - Deberá realizar las tareas de limpieza y desinfección con los productos aprobados por el centro, y en la forma y establecidos
  - Se evitará dejar abandonados por el centro, productos, y útiles de limpieza



**5/** ¿Qué **HACER** con..?



**antea**  
PREVENCIÓN

## 5/ ¿Qué hacer con...?



### Casos Confirmados COVID-19 en nuestra empresa.

Ante la aparición de síntomas antes del inicio de la jornada laboral, deben **quedarse en casa y contactar con el teléfono de atención habilitado para recibir instrucciones**. No se debe acudir a trabajar con síntomas sugestivos de infección respiratoria.

- Ante la aparición de síntomas durante la jornada laboral, los trabajadores deben interrumpir su actividad, informar a su superior, mantener las distancias de seguridad o colocarse una mascarilla quirúrgica si están disponibles y contactar con el teléfono de atención o su centro de salud.
- Si los síntomas aparecen una vez finalizada la jornada laboral, deben contactar con el teléfono de atención para recibir instrucciones y, en caso de que se recomiende cuarentena domiciliaria, informar inmediatamente al centro de trabajo para estudio de contactos.

#### Activación ante Contactos:

Determinar si la persona que ha sido clasificada como caso **sospechoso** o confirmado tenía síntomas mientras ha permanecido en el lugar de trabajo.

#### Si la persona tenía síntomas mientras ha estado trabajando:

- Todas las personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos y que no hayan utilizado medios de protección (barrera física o mascarilla) son contactos estrechos.
- Los contactos estrechos de casos confirmados realizarán cuarentena domiciliaria durante 14 días desde la fecha de último contacto con el caso, deberán contactar con el teléfono habilitado por la CCAA.
- Todos los casos que se den en la empresa deberán ser comunicados al Servicio de Prevención de Riesgos Laborales, quien se encargará de hacer el seguimiento de los mismos.

#### Si la persona no tenía síntomas mientras ha estado trabajando:

Todas las personas que hayan estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia mayor de 2 metros durante un tiempo de al menos 15 minutos o que, estando a una distancia menor, hayan utilizado medios de protección (barrera física o mascarilla) deben vigilarse diariamente la temperatura corporal, la aparición de tos y otros síntomas respiratorios.

**En caso de aparición de síntomas, no deben acudir al centro de trabajo y contactar con el teléfono de atención habilitado por la CC.AA. o con su centro de salud para que les indiquen cómo proceder.**



## 5/ ¿Qué hacer con...?



### Personal Sensible al COVID-19 en nuestra empresa.

En caso de existir colectivos más vulnerables:

- enfermedad cardiovascular, incluida hipertensión,
- enfermedad pulmonar crónica,
- diabetes,
- insuficiencia renal crónica,
- inmunodepresión,
- cáncer en fase de tratamiento activo,
- enfermedad hepática crónica severa,
- obesidad mórbida (IMC>40),
- embarazo
- mayores de 60 años.

**NUEVO**

Deberán mantener siempre una distancia superior a 2 metros con el resto de personas del centro de trabajo, aplicar frecuentemente las medidas de higiene personal establecidas

Facilitar mascarilla quirúrgica y guantes de protección a personas vulnerables reconocidas.

### Comunicación de especial sensibilidad:

- Trabajadores que por características personales, estado biológico patologías previas, medicación trastornos inmunitarios o embarazo, se puedan considerar especialmente sensibles a estos riesgos, **deberán comunicarlo al Servicio de Prevención para valoración, adaptación de puesto, reubicación o emisión de informe de propuesta de baja.**
- El periodo de aislamiento preventivo está considerado como situación de incapacidad temporal derivada de enfermedad común, y que la infección del coronavirus en el trabajo está considerada "accidente laboral"



## 5/ ¿Qué hacer con...?



### Evaluación, Información y Formación sobre SARS-CoV-2.

El Procedimiento para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al SARS-CoV-2, obliga a las empresas a evaluar el riesgo de exposición en que se pueden encontrar las personas trabajadoras en cada una de las tareas diferenciadas que realizan y seguir las recomendaciones que sobre el particular emita el servicio de prevención, siguiendo las pautas y recomendaciones formuladas por las autoridades sanitarias.

**A continuación os dejamos un modelo de Evaluación frente al SARS-CoV-2 que os puede servir de apoyo. [MODELO EVALUACIÓN.pdf](#)**

La información y la formación son fundamentales para poder implantar medidas organizativas, de higiene y técnicas entre el personal trabajador en una circunstancia tan particular como la actual. Se debe garantizar que todo el personal cuenta con una información y formación específica y actualizada sobre las medidas específicas que se implanten. Se potenciará el uso de carteles y señalización que fomente las medidas de higiene y prevención.

### Información al Trabajador:

La información y la formación son fundamentales para poder implantar medidas organizativas, de higiene y técnicas entre el personal trabajador en una circunstancia tan particular como la actual. **Se debe garantizar que todo el personal cuenta con una información y formación específica y actualizada sobre las medidas específicas que se implanten.** Se potenciará el uso de carteles y señalización que fomente las medidas de higiene y prevención.

[INFORMACIÓN TRABAJADORES.pdf](#)



# 6/ PROTOCOLOS DE LIMPIEZA

**antea**  
PREVENCIÓN

## 6/ Protocolos de limpieza



### Protocolo de limpieza:

- Previo a efectuar la desinfección se debe ejecutar un **proceso de limpieza de superficies**, mediante la remoción de materia orgánica e inorgánica, usualmente mediante fricción, con la ayuda de detergentes, enjuagando posteriormente con agua para eliminar la suciedad por arrastre
- Una vez efectuado el proceso de limpieza, se debe realizar la **desinfección de superficies ya limpias**, con la aplicación de productos desinfectantes a través del uso de rociadores, toallas, paños de fibra o microfibra o trapeadores, entre otros métodos.

➤ **Estos virus** se inactivan tras 5 minutos de contacto con desinfectantes de uso por el público en general, como la lejía o con una solución de hipoclorito sódico.

Los **desinfectantes de uso ambiental más usados** son las soluciones de hipoclorito de sodio, amonios cuaternarios, peróxido de hidrógeno y los fenoles, existiendo otros productos en que hay menor experiencia de su uso. Para los efectos de este protocolo, se recomienda el uso de hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50 si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%).

**Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de Hipoclorito (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%.**

- Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar una concentración de etanol del 70%. Es posible utilizar otro tipo de desinfectante, según los **DESINFECTANTES AUTORIZADOS**. En este caso, se deben seguir las recomendaciones del fabricante del desinfectante para su preparación y aplicación. En cualquier caso, se seguirán las medidas preventivas recogidas en las fichas de seguridad de los productos utilizados suministradas por el fabricante.

### PRODUCTOS VIRUCIDAS DE LIMPIEZA AUTORIZADOS

- Cuando se utilizan productos químicos para la limpieza, es importante **mantener la instalación ventilada** (por ejemplo, abrir las ventanas, si ello es factible) para proteger la salud del personal de limpieza.



## 6/ Protocolos de limpieza

- Para efectuar la limpieza y desinfección, se debe privilegiar el **uso de utensilios desechables**.

➤ Se debe **priorizar la limpieza y desinfección de todas aquellas superficies que son manipuladas por los usuarios con alta frecuencia**, como son: pomos de puertas y cajones, pasamanos, taza del inodoro, llaves de agua, superficies de las mesas, escritorios, teléfonos, ordenadores (teclados y ratones), superficies de apoyo o mostradores, interruptores de la luz, entre otras. En definitiva, todos aquellos elementos que, por su naturaleza, al ser una zona de contacto, pueda ser un foco de contagio.

- Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
- En caso de los uniformes de trabajo o similares, serán embolsados y cerrados, y se trasladarán hasta el punto donde se haga su lavado habitual, recomendándose un lavado con un ciclo completo a una temperatura de entre 60 y 90 grad suministradas por el fabricante.

- Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, es necesario que el personal de limpieza realice **una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos**.
- En todo caso, se debe **asegurar una correcta protección del personal encargado de la limpieza**. Todas las tareas deben realizarse con mascarilla y guantes de un solo uso.





# 7/ MEDIDAS DE SEGURIDAD

En el  
Ámbito Social

**antea**  
PREVENCIÓN

## 7/ Medidas de Seguridad en el ámbito social



**NUEVO**

### 7.1 Fase 1: Actividad física y pasear

**¿Cómo?:** Hasta 10 personas, una vez al día y podrán ser de una distancia máxima de 5 kilómetros, incluyendo los municipios adyacentes siempre que sean de iguales características y estén en la misma unidad territorial de referencia., Sin límite de tiempo pero dentro de su franja horaria. **Los menores de 14 años:** Acompañados de ambos progenitores y durante una hora, sin límite de convivientes No estará permitido el acceso a espacios recreativos infantiles al aire libre

**¿Por dónde?:** Por cualquier vía o espacio de uso público, incluidos los espacios naturales y zonas verdes autorizadas No se puede coger transporte para ir a otro lugar a hacer deporte

#### ¿A qué horas?

- Mayores de 14 años: Entre las 6 y las 10 horas y las 20 y las 23 horas.
- Menores de 14 años: Entre las 12 y las 19 horas
- Mayores de 70 o dependientes con cuidador: entre las 10 horas y las 12 horas y las 19 y las 20 horas
- Municipios con 10.000 o menos habitantes sin franjas horarias. Entre las 6 y las 23 horas y grupos de 15 personas

#### ¿Qué debo usar?

- **Guantes:** No se recomienda el uso de guantes al salir excepto en comercio para manipular fruta [MÁS INFORMACIÓN](#)
- **Mascarilla Higiénica:** Para la población general sana, a partir de 6 años (recomendable de 3 a 6 años) es obligatoria en la vía pública, en espacios al aire libre, espacios cerrados de uso público o abiertos al público, siempre que no sea posible mantener la distancia de seguridad y en transporte público [MÁS INFORMACIÓN](#)



# 7/ Medidas de Seguridad en el ámbito social



**NUEVO**

## 7.2 Fase 2: Actividad física y pasear

**¿Cómo?:** Hasta 15 personas, y en la mismas condiciones de la fase 1

**¿A qué horas?**

Las personas de hasta 70 años podrán realizar actividades físicas no profesionales en cualquier franja horaria excepto la franja reservada para los mayores de 70 años: entre las 10:00 y las 12:00 horas y entre las 19:00 y 20:00 horas.

### LIBERTAD DE CIRCULACIÓN

En Fase 1 y Fase 2:

- Se podrá circular por la provincia, isla o unidad territorial de referencia
- Desplazamientos a segundas residencias si están en la misma provincia
- A otra parte del territorio nacional por motivos: sanitarios, laborales, profesionales o empresariales, de retorno al lugar de residencia familiar, asistencia y cuidado de mayores, dependientes o personas con discapacidad, causa de fuerza mayor o situación de necesidad o cualquier otra de análoga naturaleza.
- Se permite la movilidad interterritorial entre municipios colindantes de tránsito habitual para la realización de actividades socioeconómicas

**¿Qué debo usar?**

- **Guantes:** No se recomienda el uso de guantes al salir excepto en comercio para manipular fruta [MÁS INFORMACIÓN](#)
- **Mascarilla Higiénica:** Para la población general sana, a partir de 6 años (recomendable de 3 a 6 años) es obligatoria en la vía pública, en espacios al aire libre, espacios cerrados de uso público o abiertos al público, siempre que no sea posible mantener la distancia de seguridad y en transporte público [MÁS INFORMACIÓN](#)



## 7/ Medidas de Seguridad en el ámbito social



### TRANSPORTE:

**NUEVO**

#### En Fase 1 y Fase 2:

- Vehículos privados: Personas que vivan juntas pueden usar todos los asientos. Si no, máximo dos personas por fila y con mascarillas
- En Moto: Si llevas pasajero se debe llevar casco integral con visera, salvo si se reside en el mismo domicilio o usar mascarilla conductor y pasajero
- Si vas andando es obligatorio el uso de mascarilla al transitar por la vía pública
- Oferta de servicios del 80-100% en transporte urbano e interurbano
- Media y larga distancia: Limitación del servicio al 30% de lo normal y limitación de ocupación al 50% de los vehículos

En la actualidad, se encuentran en las diferentes Fases (1, 2 y 3), diferentes zonas geográficas, pasando a fases menos restrictivas según las condiciones de control de la enfermedad.

La información aportada en cada Fase, puede ser modificada, según instrucciones nuevas de las Autoridades.

### CONTACTO SOCIAL

#### En Fase 1:

- Se permiten las reuniones de hasta 10 personas
- En terrazas o domicilios particulares
- Se pueden visitar familiares

#### En Fase 2:

- Se permiten las reuniones de hasta 15 personas
- En terrazas, salas interiores de hostelería o domicilios particulares
- Se pueden visitar familiares

### MÁS INFORMACIÓN



## 7/ Medidas de Seguridad en el ámbito social



CONSEJO GENERAL  
DE GRADUADOS SOCIALES  
DE ESPAÑA

**antea**  
PREVENCIÓN

**NUEVO**

### ACTIVIDADES PERMITIDAS

|  | FASE 0 ATENUADA                                                                                                         | FASE 1                                                                                      | FASE 2                                                                                         | FASE 3                                                                       |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|  | Apertura del comercio minorista sin cita previa                                                                         | Los locales de más de 400 metros podrán abrir delimitando el espacio de atención al público | Apertura de los centros comerciales, siguen cerradas las zonas comunes y aforo limitado al 40% | Reabren las zonas comunes de los centros comerciales. Aforo limitado al 50%  |
|  | Se puede recoger comida para llevar                                                                                     | Apertura de terraza con limitación de ocupación al 50%. Máximo 10 personas por mesa         | Abren los locales a un 40% de su capacidad. Solo servicio a mesas                              | Restricciones más relajadas                                                  |
|  | Media y larga distancia: Limitación del servicio al 30% de lo normal                                                    | Libertad de circulación y traslado a segunda residencia (dentro de la misma provincia)      |                                                                                                | Todos los servicios de transporte público urbano e interurbano al 100%       |
|  | Apertura centros educativos para desinfección y trabajo administrativo y vuelta de centros de investigación científicos |                                                                                             | Clases voluntarias en 4º ESO y 2º Bachillerato y centros abiertos en infantil para conciliar   |                                                                              |
|  | Museos abren a un 33% del aforo y se permiten préstamos en bibliotecas                                                  | Los museos abren a un 33% del aforo y se permiten espectáculos con menos de 30 personas     | Cines, teatros y salas de conciertos pueden abrir al 33% de su aforo                           | Cines, teatros y auditorios, con aforo al 50%. Salas de conciertos, al 33%   |
|  |                                                                                                                         | Abren los hoteles, excluyendo las zonas comunes                                             | Apertura de zonas comunes en hoteles limitadas al 33% del aforo                                | Apertura de zonas comunes limitadas al 50% del aforo. Se permite ir a playas |
|  | Apertura al 33% del aforo                                                                                               | Apertura al 33% del aforo                                                                   | Apertura al 50% del aforo                                                                      |                                                                              |

**antea**  
PREVENCIÓN

Fase 1.  
Más información

Fase 2.  
Más información

Fase 3.  
Más información

# 8/ CARTELERÍA E INFOGRAFÍA



**antea**  
PREVENCIÓN

## 8/ Cartelería e infografía



### Normas de acceso y permanencia en el centro

[CARTELERÍA\NORMAS DE ACCESO Y PERMANENCIA.pdf](#)

### Uso de ascensor

[CARTELERÍA\USO DE ASCENSOR.pdf](#)

### Sala de espera, asientos

[CARTELERÍA\ASIENTO NO DISPONIBLE.pdf](#)

### Uso de aseos

[CARTELERÍA\USO DE ASEOS.pdf](#)

### Distancia 2 metros

[CARTELERÍA\DISTANCIA DE SEGURIDAD.pdf](#)

### Uso correcto de Mascarillas

[Más información](#)

**antea**  
PREVENCIÓN

